**Режим дня**

**Холодный период года.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Режимные моменты | Возрастные группы / время | | | |
| 4- го года жизни | 5-го года жизни | 6-го года жизни | 7-го года жизни |
| Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность | - | 9.00-9.15 | 9.00-9.15 | 9.00-9.15 |
| Непосредственно организованная образовательная деятельность | 9.00-9.45; | 9.15-9.50; | 9.15-10.00 | 9.15-9.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак | 9.45 -10.00 | 9.50-10.00 | 10.00-10.10 | 9.50-10.05 |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), 1 раз в неделю физическая культура на прогулке | 10.00-11.40 | 10.00-11.50 | 10.10-12.15 | 10.05-12.15 |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.40-12.00 | 11.50-12.00 | 12.15-12.30 | 12.15-12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00-12.30 | 12.00.12.30 | 12.30-13.00 | 12.30-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30 -15.00 | 12.30 -15.00 | 13.00-15.00 | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25-15.50 | 15.25-15.50 | 15.25-15.40 | 15.25-15.40 |
| Организованная образовательная деятельность |  |  | 15.40-16.05 (3 раза в неделю) |  |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой | 15.50-16-30 | 15.50-16.30 | 15.40-16.30 | 15.40-16.30 |

**Теплый период года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Режимные моменты | Возрастные группы / время | | | |
| 4- го года жизни | 5-го года жизни | 6-го года жизни | 7-го года жизни |
| Прием и осмотр, игры на свежем воздухе | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.20 | 7.00-8.20 |
| Утренняя гимнастика на свежем воздухе | 8.30-8.40 | 8.30-8.40 | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.40-9.00 | 8.40-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 |
| Подготовка к прогулке | 9.00-9.10 | 9.00-9.10 | 9.00-9.10 | 9.00-9.10 |
| Прогулка, самостоятельная деятельность | 9.10-11.50 | 9.10-11.50 | 9.10-12.00 | 9.10-12.00 |
| Совместная образовательная деятельность взрослого и детей оздоровительно-эстетического цикла на свежем воздухе | 9.10-9.20 | 9.10-9.25 | 9.25-9.50 | 10.00-10.30 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак | 10.10-10.20 | 10.10-10.20 | 10.20-10.30 | 10.20-10.30 |
| Самостоятельная деятель­ность | 11.30-11.40 | 11.30-11.40 | 11.30-12.15 | 11.30-12.15 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.40-12.00 | 11.40-12.00 | 12.15-13.00 | 12.15-13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 | 13.00-15.00 | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъем, гимна­стика пробуждения, воздуш­ные, водные процедуры | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25-15.50 | 15.25-15.50 | 15.25-15.40 | 15.25-15.40 |
| Подготовка к прогулке, Игры, самостоятельная деятельность детей на прогулке, уход детей домой | 15.50-16.30 | 15.50-16.30 | 15.40-16.30 | 15.40-16.30 |